

**tri.balance®**

IHRER GESUNDHEIT ZULIEBE

NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL

mit basischen Mineralstoffen  
zur Unterstützung des Säure-Basen-Haushalts

**tri.balance®**

BASENPULVER



Zur Regulierung des Säure-Basen-Haushalts.  
PZN 7203137 (400g Pulver)

**tri.balance®**

BASENCREME



Für natürlich schöne Haut.  
PZN 1537713 (100ml)

**tri.balance®**

PH-TESTSTREIFEN



Zur Messung des pH-Werts.  
PZN 7252236 (99 Stück)

**tri.balance®**

BASENTABLETTEN



Zur Regulierung des Säure-Basen-Haushalts.  
PZN 7770126 (260 Tabletten / 275g)

## Der Organismus, BEI VIELEN AUSSER BALANCE.

## Ihr Säure-Basen-Test: JETZT BEANTWORTEN UND AUSWERTEN.

### Was ist Übersäuerung?

Wenn das Verhältnis zwischen den Säuren und Basen in Ihrem Körper ausgewogen ist, kann er störungsfrei funktionieren. Wie sauer oder basisch Ihr Körper ist, zeigt Ihnen der pH-Wert (z. B. im Urin). Idealerweise beträgt er 7,4. Auf dieser Grundlage können Ihre Zellen optimal versorgt und ernährt werden. Ein gesunder Stoffwechsel bewirkt außerdem, dass die überflüssigen Abfall- und Schlackenstoffe auf natürlichem Wege aus Ihrem Körper ausgeschieden werden.

### Wodurch kann Ihr Körper übersäuern?

Eine falsche Ernährung und Stress sind die häufigsten Gründe für einen übersäuerten Körper. Fast alle Nahrungs- und Genussmittel, an die sich unser Gaumen durch täglichen Konsum gewöhnt hat, wie Zucker, Süßspeisen, Fleisch, Käse, Milchprodukte, Zitrusfrüchte, Alkohol und vieles mehr, können für die Entgleisung Ihres Stoffwechsels mitverantwortlich sein.



Meine Konzentration lässt oft schnell nach.



Ich habe Schlafprobleme oder fühle mich rasch übermüdet.



An mein letztes Sodbrennen erinnere ich mich gut.



Ein gesunder Appetit fehlt mir schon länger.



Ich trinke Kaffee praktisch täglich.



Meine Ernährung besteht zu weniger als zwei Dritteln aus Obst und Gemüse.



Fleisch, Wurst oder Fisch stehen regelmäßig auf meinem Speiseplan.



Ich trinke täglich weniger als 2 Liter reines Wasser.



Bewegung an der frischen Luft oder Sport habe ich weniger als 3 - 4 Mal wöchentlich.



## Handeln Sie jetzt! SIE KÖNNEN ETWAS FÜR SICH TUN.

### Ernähren Sie sich basisch.

Achten Sie auf eine ausgewogene und vollwertige Ernährung. Nehmen Sie überwiegend basische Produkte wie z. B. Kartoffeln und Gemüse zu sich.

### Entsäuern Sie Ihren Körper.

Das richtige Nahrungsergänzungsmittel kann Ihnen dabei helfen. Wichtig: Neben der Entsäuerung sollte Ihr Körper wieder mit Mineralstoffen versorgt werden, die über Jahre aus Ihrem Körper ausgeschwemmt wurden. Wir empfehlen Ihnen hierzu das bewährte und günstige *tri.balance*®-Basenpulver bzw. *tri.balance*®-Basentabletten.

### Sorgen Sie gut für sich, Ihrer Gesundheit zuliebe.

Übermäßiger Stress kann Ihren Körper ebenfalls übersäuern. Wie stark Stress und hektische Situationen Ihr Säure-Basen-Gleichgewicht beeinflussen, ist individuell. Fühlen Sie sich überlastet, empfehlen wir Ihnen zusätzlich zu Ihrer basischen Ernährung und Ihrer Nahrungsergänzung einen für Sie geeigneten Stressausgleich.



## Volkkrankheit Übersäuerung, DAMIT IST NICHT ZU SPASSEN.

### Was passiert bei Übersäuerung in Ihrem Organismus?

Bei der Verwertung von Nahrungsbestandteilen entstehen oft saure „Abfälle“, die ausgeschieden werden müssen. Damit Ihr Körper nicht geschädigt wird, müssen diese zu einem gewissen Grad durch Basen neutralisiert werden.

Damit der ideale pH-Wert in Ihrem Körper aufrechterhalten wird, greift Ihr Organismus sehr gerne auf körpereigene Ressourcen zu (z. B. auf Kalzium in Ihren Knochen oder Magnesium in Ihrer Muskulatur). Ihr Körper verliert dabei wichtige Mineralstoffe. Die mögliche Folge: Eine Entmineralisierung Ihres Körpers und Mangelserscheinungen im Vitamin- und Mineralstoff-Haushalt. Ihr Körper benötigt jedoch gerade Vitamine und Mineralien für die Aufrechterhaltung sämtlicher Stoffwechselfvorgänge in Ihren Zellen.

### Welche Konsequenzen hat die Übersäuerung für Sie?

Übersäuerung kann zahlreiche Symptome und Krankheiten verursachen. Von Sodbrennen und Appetitlosigkeit über Konzentrationsschwäche und Antriebslosigkeit bis hin zu Stoffwechselstörungen.

In Alltagssituationen reagiere ich häufig nervös oder bin depressiv.

 

Ich habe Probleme mit meiner Haut, Haaren oder Nägeln.

 

Ich befinde mich oft in Stress-Situationen.

 

Häufig habe ich Gelenk- und Muskelschmerzen.

 

Ich wäre gerne leistungsfähiger und frischer.

 

### Wie oft haben Sie „Ja“ angekreuzt?

0 Mal: Ihr Übersäuerungsrisiko ist gering. Weil uns heutzutage säureneutralisierende Mineralstoffe dennoch oft fehlen, empfehlen wir Ihnen die regelmäßige Kontrolle Ihres Urin-pH-Wertes.

1-4 Mal: Ihr Übersäuerungsrisiko ist mittelhoch bis hoch. Dem sollten Sie nachgehen – gleichen Sie Ihren Säure-Basen-Haushalt aus.

5-14 Mal: Ihr Übersäuerungsrisiko ist sehr hoch. Wir empfehlen Ihnen dringend den Ausgleich Ihres Säure-Basen-Haushalts.



Es ist besser für Sie,  
NICHT ÜBERSÄUERT ZU SEIN.

Denn die Übersäuerung Ihres Körpers kann Ihre Gesundheit ernsthaft beeinträchtigen. Die gute Nachricht für Sie: Den Säuregrad Ihres Körpers können Sie selbst beeinflussen: durch Ihre Ernährung, Ihre Lebensgewohnheiten und – bei Bedarf – mit dem richtigen Nahrungsergänzungsmittel.

Ihr ausgewogenes Säure-Basen-Gleichgewicht kann für Sie zahlreiche Vorteile haben:

- Die lebenswichtigen Grundfunktionen Ihres Körpers können besser aufrechterhalten werden.
- Sie fühlen sich gesünder, ausgeglichener und leistungsfähiger.
- Sie verringern Ihr Risiko für sogenannte Zivilisationskrankheiten.

**Werden Sie daher aktiv und entsäuern Sie Ihren Körper.  
Es lohnt sich für Ihre Gesundheit!**

## Säure-Basen-Tabelle

Kontrolle Ihres Säure-Basen-Haushalts

| Meßwert<br>tägl. | 8,0<br>ph-Wert | 7,7<br>ph-Wert | <b>7,4</b><br>ph-Wert | 7,2<br>ph-Wert | 6,8<br>ph-Wert | 6,5<br>ph-Wert | 5,9<br>ph-Wert |
|------------------|----------------|----------------|-----------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| 1                |                |                |                       |                |                |                |                |
| 2                |                |                |                       |                |                |                |                |
| 3                |                |                |                       |                |                |                |                |
| 4                |                |                |                       |                |                |                |                |
| 5                |                |                |                       |                |                |                |                |
| 6                |                |                |                       |                |                |                |                |
| 7                |                |                |                       |                |                |                |                |
| 8                |                |                |                       |                |                |                |                |
| 9                |                |                |                       |                |                |                |                |
| 10               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 11               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 12               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 13               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 14               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 15               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 16               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 17               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 18               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 19               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 20               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 21               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 22               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 23               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 24               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 25               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 26               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 27               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 28               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 29               |                |                |                       |                |                |                |                |
| 30               |                |                |                       |                |                |                |                |

## Ihr Säure-Basen-Haushalt

Bitte beachten Sie:

### Überschüssige Säure kann Ihr Körper nur bei einem pH-Wert von 7,4 ausscheiden.

Darum empfehlen wir Ihnen zur Kontrolle Ihres Säure-Basen-Haushalts Ihren Morgen-Urin mit den *tri.balance*®-pH-Teststreifen zu messen. Anzustreben ist der biologische Normwert von pH 7,4. Ein zu niedriger Wert lässt sich durch die Einnahme von *tri.balance*®-Basenpulver bzw. *tri.balance*®-Basentabletten in kürzester Zeit ausgleichen. *tri.balance*®-Basenpulver bzw. *tri.balance*®-Basentabletten sind nahezu geschmacksneutral.

Weitere Informationen unter [www.tribalance.net](http://www.tribalance.net)

Die über das Erzeugnis gemachten nährwert- und gesundheitsbezogenen Angaben im Hinblick auf die Anforderungen der Verordnung der EG Nr. 1924/2006 (Health-Claims-Verordnung) basieren auf wissenschaftlichen Dokumenten und Unterlagen, die ggw. von der EU-Behörde für Lebensmittelsicherheit geprüft werden. (Stand: Juli 2010)



## Basen bildende Nahrungsmittel

Je positiver (+) der Wert, desto größer der Basenüberschuss pro 100g

| <b>Obst:</b>         |       |                            |       |
|----------------------|-------|----------------------------|-------|
| Ananas               | +2,7  | Kohlrabi, Blätter          | +18,0 |
| Aprikosen            | +4,8  | Kürbis                     | +2,0  |
| Bananen              | +5,5  | Lauch, gekocht             | +5,0  |
| Birnen               | +2,9  | Linsen, gekocht            | +0,4  |
| Datteln              | +8,0  | Löwenzahn                  | +19,0 |
| Erdbeeren            | +2,2  | Mangold, roh               | +8,0  |
| Kirschen             | +3,6  | Meerrettich                | +3,0  |
| Kiwis                | +4,1  | Paprika, grün              | +2,0  |
| Mirabellen           | +4,0  | Rettich, weiss             | +5,0  |
| Melonen              | +5,0  | Rosinen                    | +15,0 |
| Orangen              | +2,7  | Sauerkraut                 | +5,0  |
| Pfirsiche            | +2,4  | Schnittlauch               | +8,0  |
| Schw. Johannisbeeren | +6,5  | Schwarzwurzel              | +1,0  |
| Trauben              | +21,0 | Sellerie, Blatt u. Stengel | +8,0  |
|                      |       | Sellerie, Wurzel           | +1,0  |
| <b>Gemüse:</b>       |       | Spargel                    | +0,4  |
| Auberginen           | +3,4  | Spinat                     | +14,0 |
| Blumenkohl           | +4,0  | Tomaten                    | +3,1  |
| Bohnen               | +8,0  | Zucchini                   | +4,6  |
| Brunnenkresse        | +5,0  | Zwiebeln                   | +0,5  |
| Champignons          | +1,4  | <b>Öle / Fette:</b>        |       |
| Chicorée             | +2,0  | Olivenöl                   | 0,0   |
| Dill                 | +18,0 | Sonnenblumenöl             | 0,0   |
| Endivien             | +5,0  | <b>Nährmittel:</b>         |       |
| Feldsalat            | +0,7  | Pfifferlinge               | +4,0  |
| Grünkohl             | +0,1  | <b>Nüsse:</b>              |       |
| Gurken               | +0,8  | Kokosnuss                  | +4,0  |
| Karotten             | +4,9  | Korinthen                  | +8,0  |
| Kartoffeln           | +4,0  | <b>Gewürze:</b>            |       |
| Kichererbsen         | +49,0 | Gewürze                    | +70,0 |
| Kohlrabi, Knollen    | +6,0  | <b>Getränke:</b>           |       |
| Kopfsalat            | +2,5  | Mineralwasser, still       | +1,8  |

## Säure bildende Nahrungsmittel

Je negativer (-) der Wert, desto größer der Säureüberschuss pro 100g

| <b>Fleisch:</b>    |       |                            |       |
|--------------------|-------|----------------------------|-------|
| Entenfleisch       | -22,0 | Vollkornpagetti            | -7,3  |
| Gänsefleisch       | -13,0 | Haferflocken               | -10,7 |
| Hammelfleisch      | -9,0  | Knäckebrot                 | -7,0  |
| Hasenfleisch       | -20,0 | Roggenmehl                 | -16,0 |
| Hirschfleisch      | -23,0 | Vollkornmehl               | -8,2  |
| Huhn               | -24,0 | Vollreis                   | -12,5 |
| Kalbfleisch        | -25,0 | Zwieback                   | -10,0 |
| Kaninchen          | -20,0 | <b>Milchprodukte/Eier:</b> |       |
| Leber              | -14,0 | Camembert                  | -14,6 |
| Rind               | -21,0 | Edamer-Käse                | -6,0  |
| Salami             | -11,6 | Eigelb, frisch             | -33,0 |
| Schinken, fett     | -16,0 | Eiklar, frisch             | -5,0  |
| Schweinefleisch    | -19,0 | Fruchtjogurt               | -1,2  |
| Truthahn           | -20,0 | Goudakäse                  | -18,6 |
| Wurst              | -8,0  | Hartkäse                   | -19,2 |
|                    |       | Hühnerei                   | -16,0 |
| <b>Fisch:</b>      |       | Milch                      | -4,0  |
| Aal                | -7,0  | Parmesan                   | -34,2 |
| Forelle gedämpft   | -10,8 | Quark                      | -11,1 |
| Hering             | -17,0 | <b>Nüsse:</b>              |       |
| Kabeljau (Dorsch)  | -7,1  | Erdnüsse                   | -8,3  |
| Lachs              | -3,0  | Haselnüsse                 | -2,0  |
| Schellfisch        | -16,0 | Paranüsse                  | -18,0 |
| Schleie            | -14,0 | Walnüsse                   | -6,8  |
| <b>Nährmittel:</b> |       | <b>Butter:</b>             |       |
| Artischocken       | -2,0  | Butter                     | -0,6  |
| Eierteigwaren      | -6,4  | Margarine                  | -7,0  |
| Roggenbrot         | -4,1  | <b>Getränke:</b>           |       |
| Vollkornbrot       | -1,8  | Cola                       | -0,4  |
| Weißer Reis        | -14,0 | Helles Bier                | -0,9  |
| Weißmehl           | -6,9  | <b>Süßigkeiten:</b>        |       |
| Weizenbrot         | -3,8  | Milchschokolade            | -2,4  |



Hergestellt in Deutschland

*tri.balance*® base products wird kontrolliert durch die cenAS AG Centrum für Nahrungsmittel-Sicherheit.

***tri.balance*® base products**  
89312 Günzburg-Deutschland  
Tel. +49 (0) 82 21/85 41  
[www.tribalance.net](http://www.tribalance.net)